

Checkliste Fluchtrucksack

BBK Fluchtrucksack

Wasserflasche (1,0 l)	☐	Verpflegung (2 Tage)	☐
Dosenöffner	☐	Taschenmesser	☐
Essgeschirr	☐	Essbesteck	☐
Taschenlampe	☐	Ersatzbatterien	☐
Schlafsack oder Decke	☐		
Kleidung für ein paar Tage	☐	Wetterschutzkleidung	☐
Unterwäsche	☐	Socken	☐
Kopfbedeckung	☐	Arbeitshandschuhe	☐
Schutzmaske	☐	behelfsmäßiger Atemschutz	☐
Hygiene-Kit	☐		
Zahnbürste	☐	Zahncreme	☐
Seife	☐	Toilettenpapier	☐
Monatshygiene	☐		
Erste-Hilfe-Set	☐	persönliche Medikamente	☐
Schmerztabletten	☐	Durchfalltabletten	☐
Rettungsdecke	☐	Zeckenzange	☐
Radio	☐	evtl. Ersatzbatterien	☐
Kamera oder Foto-Handy	☐		

Dokumentenmappe	☐		
Personalausweis	☐	Reisepass	☐
Bargeld	☐	Geldkarten	☐
Gesundheitskarte	☐	Impfpass	☐
Haustürschlüssel	☐	Autoschlüssel	☐
Handy / Smartphone	☐		
Dokumente kopiert/digitalisiert (z.B. auf USB) und bei Dritten hinterlegt?			☐
Für Kinder			
SOS-Kapsel	☐		

XL Fluchtrucksack

(zusätzlich zum BBK Fluchtrucksack)

Wasserflasche (Edelstahl)	☐	Wasserfilter	☐
Wasseraufbereitungstabletten	☐	Verpflegung	☐
Kochgeschirr	☐	Kocher	☐
Multitool	☐	Schlafsack	☐
Stirnlampe	☐	3-in-1-Notfallradio	☐
(Solar)Powerbank	☐	Sturmfeuerzeug/-streichhölzer	☐
Fernglas	☐	Kompass	☐
Sonnenbrille	☐	Schlafzeug	☐

Survival Fluchtrucksack

(zusätzlich zum BBK Fluchtrucksack & XL Fluchtrucksack)

Tarp	☐	Paracord	☐
Schlafsack	☐	Isomatte	☐
Fahrtenmesser	☐	Schleifstein	☐
Survival-Kit	☐		
Feuerstarter	☐	Kompass	☐
Angelhaken	☐	Angelschnur	☐
Paracord	☐	Drahtsäge	☐
Besteck	☐		
Klappsäge	☐	Schreibzeug	☐
Buch	☐	Kartenspiel	☐
Panzertape	☐	Nähzeug	☐
Packbeutel	☐		
Signalpfeife	☐	Signalspiegel	☐